

publicacións dixitais



JORGE MIRA PÉREZ  
COORDINADOR

# É o noso fuso horario un problema?







**É o noso fuso horario un problema?**

**Edita**

© CONSELLO DA CULTURA GALEGA, 2017  
Pazo de Raxoi · 2º andar · Praza do Obradoiro  
15705 · Santiago de Compostela  
T 981 957 202 · F 981 957 205  
[correo@consellodacultura.gal](mailto:correo@consellodacultura.gal)  
[www.consellodacultura.gal](http://www.consellodacultura.gal)

**Maquetación**

*Mabel Aguayo, CB*

Doi: 10.17075/enfhp.2017

**JORGE MIRA PÉREZ**

COORDINADOR

# **É o noso fuso horario un problema?**

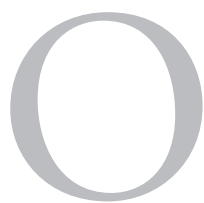


CONSELLO  
DA CULTURA  
GALEGA



publicacións dixitais

# Presentación



Consello da Cultura Galega é unha institución autonómica de alto asesoramento nos temas de interese cultural. Está composta por representantes das principais organizacións culturais de Galicia, así como por personalidades destacadas nese ámbito.

Con máis de trinta anos de existencia, conta xa cunha ampla experiencia en asesorar a través de informes solicitados ou elaborados por propia iniciativa, así como a partir de congresos, simposios ou estudos sobre os asuntos da maior relevancia cultural para a comunidade autónoma galega.

O debate público suscitado nos últimos tempos sobre a conveniencia ou non do cambio do fuso horario en Galicia en particular e en España en xeral, xunto coa súa resolución nun ou noutro sentido, afecta a todos os niveis da poboación, así como aos seus hábitos e costumes. Non é, polo tanto, un tema menor e as súas consecuencias teñen un compoñente cultural indubidable. É por isto que o Consello considerou pertinente realizar, a partir da súa Sección de Ciencia, Natureza e Sociedade, en outubro do pasado ano 2016, un debate, con defensores dunha ou da outra postura, en relación cos cambios no fuso horario.

Conscientes do interese deste encontro, tomouse a decisión de publicar (en formato dixital, en galego e castelán) o presente libro, baseado nos relatorios alí presentados, co desexo de que a súa lectura e difusión contribúan a favorecer un diálogo sereno e asentado, sobre todo, no mellor coñecemento do que se dispón na actualidade. Só así se poderá camiñar cara a fórmulas de convivencia que sexan construtivas e de futuro.

**Francisco Díaz-Fierros Viqueira**

Coordinador da Sección de Ciencia, Natureza e Sociedade  
Consello da Cultura Galega





# publicacions digitals

**Índice**

## **6 PRESENTACIÓN**

Francisco Díaz-Fierros Viqueira

## **10 INTRODUCCIÓN**

**Solucionaría algo cambiar o fuso horario oficial español?**

Jorge Mira Pérez

## **13 O NOSO FUSO HORARIO É INOCENTE. INCONVENIENTES DUN CAMBIO DE FUSO EN ESPAÑA**

Jorge Mira Pérez

## **31 INNOVACIÓN SOCIAL: ANÁLISE DOS BENEFICIOS DA RECUPERACIÓN DO FUSO HORARIO QUE CORRESPONDE A ESPAÑA**

José María Fernández-Crehuet

## **57 FUSOS HORARIOS ESPAÑOIS: RACIONALIDADE FRONTE A LENDA**

José María Martín Olalla

## **85 FUSO HORARIO E HÁBITOS SOCIAIS**

José Fernández-Albertos

## **103 CURRÍCULOS**

# Introdución

Jorge Mira Pérez

Universidade de Santiago de Compostela

## SOLUCIONARÍA ALGO CAMBIAR O FUSO HORARIO OFICIAL ESPAÑOL?

Un fuso horario é cada unha das 24 franxas xeográficas virtuais, orientadas de norte a sur, nas que se divide o planeta e que teñen unha amplitude de 15 graos, que é o ángulo que rota a Terra nunha hora. Os reloxos definidos polo mediodía de cada un destes fuxos son comparables entre si e cada un deles constrúese sumando ou restando un número enteiro de horas a respecto do chamado Tempo Universal Coordinado (UTC), que é o mantido por reloxos atómicos.

Na España peninsular, Baleares, Ceuta e Melilla, a hora oficial é UTC+1, que corresponde ao fuso de Europa central, como na meirande parte de Europa continental.

Unha zona horaria é unha rexión que comparte a mesma hora oficial. As zonas horarias non se axustan con fidelidade ás características xeográficas dos fusos horarios, xa que cada país determina a súa hora oficial de maneira autónoma e, con frecuencia, non coinciden estritamente coa convención xeográfica. Deste xeito, territorios como Chile, Arxentina, Francia, Bélxica, Holanda, Islandia, Alasca, Saskatchewan, Kazakhistán, Xeorxia, Bielorrusia, Mauritania, Senegal, Gambia, Guinea, Guinea-Bissau, Serra Leoa, Liberia, Acerbaixán ou Armenia están nese caso en diferente grao.

Hai algo máis dunha década, comezaron a moverse en España grupos a prol do cambio da hora oficial do país. As primeiras peticións avogaban por atrasar os reloxos unha hora, abandonar a zona UTC+1 e pasar á zona UTC+0; agora, en cambio, os parlamentos dalgunhas comunidades autónomas mediterráneas solicitaronlle ao Goberno central a aplicación de medidas no sentido oposto: pasar á zona UTC+2.

A coexistencia destes dous extremos testemuña a facilidade coa que se producen interpretacións diferentes nesta materia e, en principio, debería servir para

facer un chamamento á prudencia e á busca dun criterio científico. Por se fose pouco, o debate agudízase periodicamente nos momentos de axuste estacional da hora, que se realizan dúas veces ao ano seguindo unha directiva europea, fundamentada na ampla variación solar que experimenta o continente europeo ao longo do ano (unha variación que nada ten que ver con cuestións relativas ao fuso).

Trátase de algo de máis fondo do que cabería pensar xa que a hora oficial afecta a todas as persoas que residen nun país, sen excepcións. Por iso calquera reflexión debe ser meditada por parte dos responsables do Goberno, co mellor asesoramento posible, cun completo coñecemento dos factores en xogo e, sobre todo, con datos concluíntes. Chegados a este punto, cabe mencionar o valor que a estabilidade da regulación horaria ten no funcionamento dun país do mundo desenvolvido. De feito, desde a Segunda Guerra Mundial ningún país dese ámbito (agás Islandia) logrou cambios de zona horaria que perdurasen.

Fronte ás persoas que solicitan o cambio da nosa zona horaria actual, argumentando que iso beneficiaría os modos de vida da nosa sociedade, sitúanse aquelas que advirten do perigo de tal medida: alertan do caos e do custo desa transición e, sobre todo, de que o dito cambio non produciría melloras significativas no noso estilo de vida, que non depende do fuso.

En outubro de 2016 o Consello da Cultura Galega organizou a xornada *É o Noso Fuso Horario un Problema?*, co fin de esclarecer este asunto cos achegas de expertos con diferentes posicións. Foi un dos primeiros foros realizados en España con posturas enfrontadas sobre este tema.

A repercusión pública da xornada e a riqueza do seu contido motivaron a publicación deste libro, cuxa aspiración final é a de fornecer unha obra de referencia, accesible, para que calquera cidadán ou cidadá poida formar a súa opinión con fundamento.

Esperemos que así sexa.

# **INNOVACIÓN SOCIAL: ANÁLISE DOS BENEFICIOS DA RECUPERACIÓN DO FUSO HORARIO QUE CORRESPONDE A ESPAÑA**

**José María Fernández-Crehuet**

Universidad Politécnica de Madrid

Doi: 10.17075/enfhp.2017.002



As causas e consecuencias de que en España a hora oficial non coincida coa hora solar convertéronse nun tema de candente actualidade. De feito, en xaneiro de 2017, a axencia de noticias Europa Press difundía en varios dos principais xornais de España unha nova con declaracións de dous físicos e un politólogo contrarios ao cambio do fuso horario. Xa que non tiveron opción de participar nesa entrevista, aproveito estas liñas para poñer por escrito os meus argumentos e os de moitos dos lectores-comentaristas dun dos xornais onde apareceu (selecionei *El País* 8/01/2017) que quixeron deixar por escrito nos seus comentarios as súas razóns a favor do cambio do fuso horario (aparecerán entre comiñas e con corpo menor na páxina para diferencialos).

Esta cuestión tamén entrou de cheo na axenda política. De feito, a ministra de Emprego, Fátima Báñez, propuxo no mes de decembro de 2016, ante a Comisión de Emprego do Congreso, un pacto político e social para que a xornada laboral acabe ás seis da tarde (medida que xa figuraba no programa electoral do PP para as eleccións do pasado xuño de 2016), para o que propuxo «un pacto nacional pola conciliación e a racionalización dos horarios». Na proposta tamén se incluía a posibilidade de estudar o cambio do fuso horario en España, xa anunciada en abril de 2016 nun mitin electoral polo daquela presidente en funcións Mariano Rajoy, quen afirmaba que había que «impulsar o cambio do fuso horario» para adecualo ás «necesidades» do país e facilitar a conclusión da xornada laboral ás 18.00 horas.

A devandita medida estaba tamén prevista no pacto firmado polo PSOE e Ciudadanos para a consecución do frustrado Goberno no mes de febreiro de 2016. Os seus asinantes, Pedro Sánchez e Albert Rivera, apostaban na súa páxina 39 pola «recuperación do fuso horario GMT (hora no meridiano de Greenwich) que sirva de catalizador para o resto de medidas propostas», para favorecer «unha campaña de concienciación sobre as vantaxes económicas e sociais de racionalizar os horarios e flexibilizar a xornada laboral». A miña tese tamén apoia as preten-



sións dos ditos partidos políticos e sostén que debemos volver ao fuso horario que nos corresponde. A conciliación da vida profesional, familiar e persoal beneficiaríase deste feito.

En xaneiro de 2017 cumpríronse 190 anos do nacemento do enxeñeiro canadense que inventou os fusos horarios. En xeografía, fuso horario é cada unha das 24 áreas en que se divide a Terra, seguindo a mesma definición de tempo cronométrico.

Todos os fusos horarios se definen en relación co denominado tempo universal coordinado (UTC), fuso horario centrado sobre o meridiano de Greenwich (tamén coñecido como meridiano cero), que recibe ese nome por pasar polo Real Observatorio de Greenwich, no Gran Londres.

Posto que a Terra xira de oeste a leste, ao pasar dun fuso horario a outro en dirección leste, hai que sumar unha hora. Pola contra, ao pasar de leste a oeste hai que restar unha hora. O meridiano de 180°, coñecido como liña internacional de cambio de data, marca o cambio de día.

En España, a referencia era o meridiano de Madrid, coa excepción da Armada, cuxa base era o de San Fernando. En 1901, o Goberno da raíña rexente, María Cristina, aproba o cambio ao tempo solar medio que xeograficamente nos corresponde, o do meridiano de Greenwich.

Reunida a Conferencia Internacional da Hora en París en 1912, acéptase o sistema de fusos horarios comezado en 1884 e pasa a denominarse hora legal a que correspondía ao fuso horario.

En 1922, nun decreto asinado por Afonso XIII, motivado en parte por unha demanda de Inglaterra a causa do gran comercio coas illas Canarias, aplicóuselles a estas o fuso 23, un menos que o resto de España, xustificado pola súa situación distinta con respecto ao meridiano de Greenwich. Xa que logo, desde esa data, a hora legal do territorio nacional, tanto peninsular como o das illas, foi a que lle correspondía á súa situación xeográfica, exceptuando a parte occidental de Galicia, do meridiano de Mondoñedo ata o mar, pois atópase no fuso 23, o mesmo que o arquipélago canario, pero mantivo a mesma hora que o resto da Península.

Lévase falado e escrito moito sobre a orixe histórica do cambio de hora legal de España con respecto á oficial e das súas modificacións. Por resumir, podemos indicar que, por razóns históricas, en 1940, despois do armisticio con Francia, cando Alemaña chega ata os Pireneos, a hora da Europa central é imposta á Eu-

ropa occidental ocupada. Ese mesmo horario xa fora anteriormente adoptado en España ao inicio da II Guerra Mundial, en concreto por Orde do 7 de marzo de 1940, da Presidencia do Goberno, onde se di:

Hora legal. Adiántase en sesenta minutos. Considerando a conveniencia de que o horario nacional marche de acordo cos doutros países europeos e as vantaxes de diversas ordes que o adianto temporal da hora trae consigo, dispoño:

Artigo 1º. O sábado 16 de marzo, ás vinte e tres horas, será adelantada a hora legal en sesenta minutos.

[...]

Artigo 5º. Oportunamente sinalarase a data en que deba restablecerse a hora normal.

Este restablecemento non tivo lugar desde entón ata a actualidade. Na práctica supuxo un cambio permanente da hora oficial de España, que adoptou, sen dicilo, e posiblemente sen pretender que fose así, a do fuso horario +1 para a península e as illas Baleares e a do fuso horario 0 para as illas Canarias<sup>1</sup>.

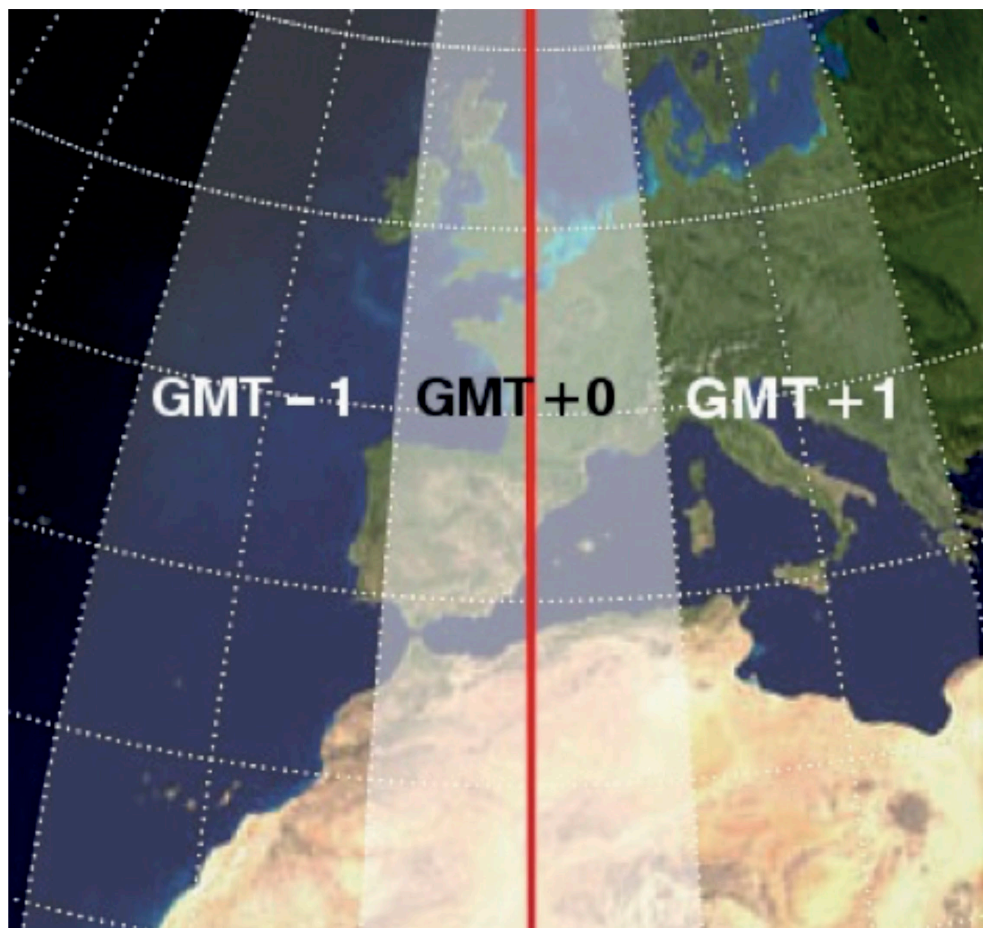
Parece ser tamén que para evitar confusións cos horarios —e evitar desfaseamentos durante os bombardeos e demais accións de guerra programadas—, os países do meridiano optaron por axustar os seus horarios ao fuso central alemán. Deste xeito, Gran Bretaña, Irlanda, Portugal e España atrasaron o reloxo unha hora. Despois da guerra, algúns países volveron ao seu horario habitual, cousa que non fixo España.

A decisión da hora oficial, ao ser soberana, é moi distinta dependendo do país. Nos EE. UU. hai dez zonas horarias: catro no propio continente, dúas en Alasca e Hawai e catro nas posesións. En Rusia hai once. En cambio, na China, aínda que lle correspondería ter seis zonas horarias, só existe unha hora oficial<sup>2</sup>. Pola súa parte, a hora legal de cada país é a que lle corresponde á súa situación xeográfica, a do fuso horario en que se atope, sen posibilidade de cambios.

Tal e como pode apreciarse na imaxe 1, a España (agás as Canarias e parte do oeste da Comunidade Autónoma de Galicia), correspóndelle o fuso horario GMT+0.

<sup>1</sup> Pere Planesas: «La hora oficial en España y sus cambios». <http://astronomia.ign.es/rknowsys-theme/imagenes/webAstro/paginas/documentos/Anuario/lahoraoficialenespana.pdf> (19/01/17).

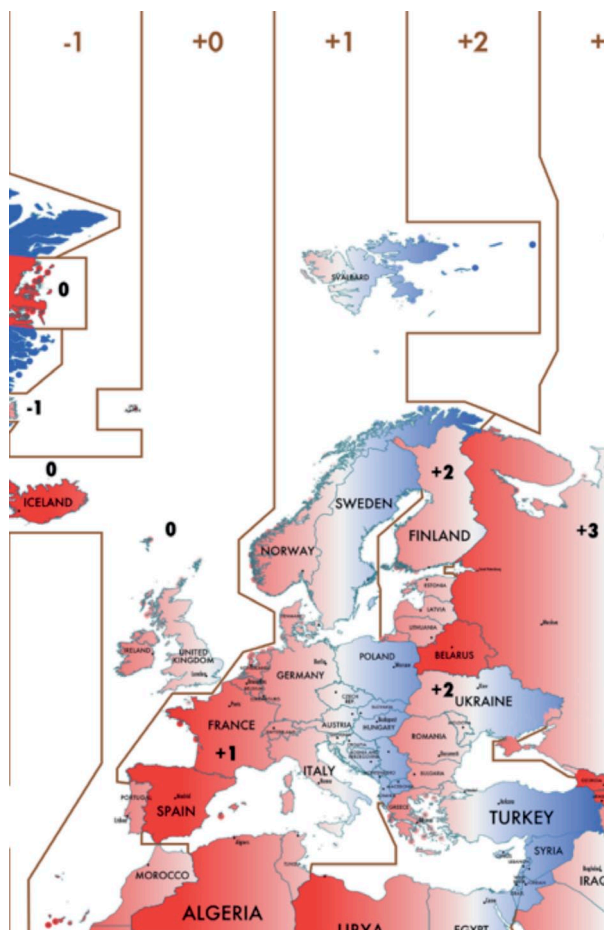
<sup>2</sup> Para ver os fusos horarios do mundo e cando anoitece e amence en tempo real pódese consultar o seguinte enlace [http://24timezones.com/reloj\\_hora\\_exacta.php](http://24timezones.com/reloj_hora_exacta.php) (14/01/17).



Imaxe 1. O meridiano de Greenwich e o seu fuso horario GMT+0.

Fonte: <http://www.megaspota.net/es/gmt0-para-espana/> (19/1/17).

Na imaxe 2 podemos observar un mapa de Europa. A cor branca indica unha concordancia entre a hora oficial e a solar, a azul corresponde a un atraso da hora oficial fronte á solar —ou un adianto da solar sobre a oficial— e a vermella, xusto a situación contraria, cunha cor que é máis intensa canto maior sexa a diferenza entre elas, tal e como nos acontece en España.



Imaxe 2. Axustes-desaxustes hora oficial-hora solar.

Fonte: adaptado de (Stefano Maggiolo) <http://blog.poormansmath.net/the-time-it-takes-to-change-the-time/> (19/1/2017).

Que en España a hora solar non coincide coa hora oficial (a que correspondería ao noso fuso horario) é un feito aceptado por todos e indiscutible. No que se discrepa é en se ese feito nos beneficia, nos prexudica ou é indiferente. Desde o meu punto de vista (e o de moitos dos lectores que comentei anteriormente, dos que quero ser altofalante e aos que lles vou dar un espazo xeneroso neste texto), ter a hora de Alemaña, no canto da do Reino Unido, inflúe ne-

gativamente no noso día a día, xa que o fuso horario inflúe nos nosos usos e costumes.

Unha primeira cuestión é preguntármonos o seguinte: Quen ten razón? Os que están a favor do cambio de fuso horario ou os que prefiren que permanezamos? É unha cuestión técnica e indiscutible ou opinable? Debe tratarse e resolverse desde un punto de vista matemático, físico, químico, ou máis ben do das ciencias sociais? Deámoslles paso aos lectores:

«Son de ciencias, pero, síntoo, isto non é un tema de física, senón de costumes humanos, e ese non é precisamente o punto forte da ciencia».

«Pensando un pouco superficialmente, entendo o escepticismo dos físicos. O san escepticismo é unha característica da ciencia. E os argumentos parecen aceptables. Porén, permítome sinalar o detalle de que nos estudos de físicas, nin sequera facendo un doutoramento, se estuda nada do comportamento humano, nin respecto aos individuos nin respecto aos grupos. Se a un sociólogo ou a un psicólogo lle dese por fundamentar argumentos coa mesma lixeireza respecto ás disciplinas obxecto de especialidade destes expertos, serían tratados sen dúbida con desconfianza e demandáraselles un mellor fundamento nos seus xuízos».

«A formación científica non serve para avaliar se cambiarían ou non os usos se cambiase o fuso. Iso entraría máis ben no campo da socioloxía».

«Fontes da Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas e Naturais sinalaron que o debate sobre o cambio de fuso é “político e económico. Desde o punto de vista da ciencia non hai ningunha postura que tomar”».

«Os científicos que saen neste artigo son reputados físicos, o cal non poño en ningunha dúbida, pero cando se di: “Un cambio de fuso non só non arranxaría nada senón que mesmo traería problemas” e “Se se cambia, vaise xerar un caos que implicaría un custo enorme”, gustárame que me explicasen en que se basean para saber dese custo enorme, porque, que eu saiba, non son catedráticos en Economía para saberen os enormes custos, nin en Socioloxía para saberen o caos que crearía na sociedade e se iso é bo ou malo para a conciliación familiar. En fin, paréceme unha opinión moi respectable dun gran físico falando de física. O de falar de economía e socioloxía debería deixárllelo aos catedráticos en Economía e aos catedráticos en Socioloxía».

«O que si se pode debater é sobre a hora oficial que é máis conveniente adoptar en función dos beneficios económicos ou sociais que se queren obter co cambio. E resulta que

eses señores físicos son preguntados sobre estes aspectos que non son precisamente a súa especialidade. Por iso digo que a súa opinión non é relevante neste caso».

«Todo o máis que podemos facer os físicos é dicir cando sae e se pon o Sol. O que se faga con esas horas de luz ou como se aproveiten ou distribúan para actividades laborais e sociais xa non é cousa nosa».

«Simplemente nego que a física sexa a disciplina que deba opinar sobre o oportuno dun cambio. Medicina, psicoloxía, socioloxía, economía... están máis cualificadas para veren o impacto desta medida. Precisamente escoitei científicos deses campos defender o cambio. Ata a química ten moito máis que dicir que a física sobre os nosos biorritmos».

Despois de afondar neste tema desde hai bastantes anos e investigalo xa antes de tratalo na miña tese de doutoramento, vin que a resposta á pregunta de se o fuso horario lle afecta ao meu día a día é unha cuestión cuxa resposta varía segundo os hábitos de vida, as circunstancias persoais e mesmo os gustos, e cheguei á conclusión de que hai que valorar o xeito de vivir do conxunto da poboación española e acomodarse ao que favoreza á maioría. Deámoslles paso, de novo, aos lectores:

«Imos tarde a todos os sitios e alongamos a xornada de forma artificial. Por que abre o comercio ás 10 da mañá? Por que entrando a traballar ás 8 paramos para xantar ás 14, seis horas despois?».

«A baixa taxa de natalidade, desestruturacións familiares e altos niveis de estrés e depresións ou baixas polo mesmo motivo demostran que hai algo que non está no seu correcto funcionamento, posto que é absurdo ter alguén traballando desde as 9 da mañá ata as 8 da tarde con tres e ás veces máis horas para xantar. Como raio se fai alguén cargo da crianza dos seus fillos se chega á 10 da noite...?».

«O que tes son horarios laborais que se alongan ata as 8 ou 10 da noite. Resultado? Durmimos menos horas».

«Os físicos din que co cambio de fuso horario só resultaría beneficiada unha porcentaxe da poboación que ten unha xornada laboral moi concreta —a descontinua, con pausas para xantar que se reducirían—, pero prexudicaría os de xornada continua... Debe ser que somos poucos os da descontinua! E... agora que me fixo, todos os "científicos" que falan son funcionarios».

«Gasto máis de luz e de calefacción que antes, vou máis canso e os horarios do meu traballo fanse máis longos que antes, a xente vai máis nerviosa e máis irascible e a natalidade baixou unha chea».

O fuso horario equivocado actual non debería ser un problema se fóssemos coherentes no noso horario. Se en España boa parte da poboación xanta entre as 14.00-15.00 h e cea ás 21.00-22.00 h, o lóxico é que se empezase a traballar ás 10.00-11.00 da mañá e non ás 9.00, como acontece actualmente. Este feito provoca que madruguemos demasiado e que se alongue a xornada laboral pola mañá durante cinco horas seguidas ata a parada a medio día, o que non sucede en ningún país europeo.

O atraso nos nosos hábitos sociais para axustarnos ao fuso horario alemán prexudica a nosa calidade de vida, sumado a un *prime time* televisivo —que sufriu un atraso de 72 minutos nos últimos 25 anos (Contreras, 2016<sup>3</sup>)—, cada vez máis tardío desde a aparición das canles de televisión privadas, que afecta o rendemento e cansazo vital co que nos erguemos polas mañás e que arrastramos durante o día.

«En España o que hai que cambiar son os horarios dos programas de TV. O que non é normal é que un programa ou unha peli acaben ás 12 da noite ou máis tarde. Estamos xa acostumados a atrasar todo ata o infinito. Iso fai que se durman menos horas, por exemplo... Ese mal costume de non xantar antes das 15 h ou de non cear antes das 10 da noite non sei cando empezou, pero creo que é bastante recente. Porque nos 80 xantábase ás 14 e ceábase ás 21..., ou sexa, que seguramente se saía antes do traballo».

«O normal, na miña opinión, é cear á hora en que poidas deitarte dúas horas despois de cear tendo por diante oito horas de sono antes de ter que erguerse».

Co cambio de fuso horario, amencería máis cedo e anoitecería tamén antes. No verán renunciaríamos aos anoiteceres máis tardíos, pero teríamos uns amenceres máis temperáns. Que preferimos? Depende das circunstancias persoais? Do sector onde un traballe? Da idade? Debe primar a saúde, a conciliación, o que opine a maioría dos españois? Debe facerse un cambio por lei, tipo lei anti-tabaco?

---

<sup>3</sup> <http://www.elmundo.es/television/2016/06/07/5755c5c0ca4741d8738b465a.html> (19/01/2017).

«O problema no inverno é que hai poucas horas de luz e ante iso pouco podemos facer. Desgústame entrar de noite e desgústame saír de noite. Pero, se teño que elixir, prefiro o primeiro e logo ter unha horiña de Sol ao saír. Aínda que entendo que isto é unha preferencia persoal e que cada un terá a súa».

«Completamente de acordo. Para estar na oficina dáme igual que fóra sexa de día».

«O que é de tolos é que os nenos se teñan que deitar en maio e xuño, que aínda teñen colexio, coa luz do día».

«O noso horario é terrible para os nenos, fainos cansos desde pequenos, por alongar a actividade tras a posta de Sol. En fin, que non hai por onde defendelo se non é desde o turismo cutre ou o pluriemprego (típico da posguerra do 39)».

«No verán, cando teño que entrar a traballar ás sete da mañá, se teño que durmir oito horas, contando cunha hora ou con media hora para prepararme desde que esperto, pois resulta que tería que irme deitar cando aínda hai sol. Ese é un exemplo do disparate do noso horario. Se tivéssemos o noso fuso horario natural, ás dez da noite xa sería de noite, se non totalmente, case, e o meu corpo iría durmir cumprindo moito mellor co noso horario interno. Ese é un exemplo sinxelo e haberá moitos máis. Atrasar o noso fuso horario fai que o reloxo biolóxico se sincronice mellor co horario legal e todo son vantaxes para a nosa saúde».

«Ao estar máis ao norte, escurece ás catro da tarde en Londres no inverno. Pero no verán hai sol e sae axiña pola mañá e acompañate durante o día. Se saio cear, pode ser ás 7 da tarde, e estou na casa non máis tarde que á unha (e por lei moitos lugares pechan ás once para non xerar ruído). Non entendo a manía de pensar que España é mellor porque estamos espertos ata as tantas».

A Terra é unha esfera e o seu eixe de rotación está inclinado respecto ao plano de translación, o que implica que en países situados no mesmo fuso horario non amence simultaneamente. A liña de varrido día-noite está inclinada respecto aos meridianos. Hai que partir da base do invernol porque é o que marca o amencer máis tardío e o anoitecer máis temperán?

«No sur de Europa os días en inverno son máis longos que no norte, mentres que no verán son máis curtos no sur. De Alemaña para arriba os europeos espertan e déitanse de noite durante o inverno. No verán, pola contra, espertan e déitanse cando é de día».



«En Berlín e en Madrid en inverno amence á mesma hora, co fuso actual, pero en Madrid gozan dunha hora e media máis de luz que en Berlín».

«E en xuño, en Madrid é noite pecha ás 22.00, mentres que en Berlín non anoitece ata aproximadamente as 23.45».

«O que eu dixen é que, co fuso horario, a hora de amencer en Berlín é a mesma que en Madrid no inverno, pero que escurece unha hora e media máis tarde. Se cambias o fuso, en Madrid amence unha hora máis cedo, pero escurece á mesma que en Berlín. Ti mesmo, onde queres as horas de sol: ás 7 da mañá ou ás 7 da tarde? É tan simple coma iso».

«Todos os puntos da Terra teñen un 50 % de día e un 50 % de noite visto un ano enteiro. Os países do sur (se con iso se refiren aos máis próximos ao ecuador) reciben máis horas de luz que os do norte (no inverno), e menos no verán».

«En calquera caso, o que é aberrante é que durante sete meses ao ano estamos en GMT+2. Non sei que vantaxe pode ter estar ás nove da tarde a corenta graos graos e con sol no val do Guadalquivir, ou que o ocaso sexa case ás once no oeste peninsular cando tes que te erguer ás seis ou sete da mañá para ir traballar. Din que en Portugal os hábitos son similares aos nosos, parece que visitan pouco o país veciño, onde se come á unha e se cea ás oito e pico ou nove no verán a máis tardar. Ademais, non tiveron nenos pequenos?».

«Por que temos que ter tres meses de escuridade matutina (8.00 a. m.) cando cambiando o huso teríamos só un?».

«O problema de España é que en realidade necesitaríamos estar en dous fusos. No verán en Galicia faise noite case ás once e no inverno ás nove da mañá non hai luz, o cal é un disparate. Se se cambiase a hora, iso en Galicia corríxiríase pero en Barcelona no inverno sería de noite case ás catro da tarde, o cal sería un chasco para esa zona».

«A ver, rapaz, ti prefires ter sol cando estás na oficina ou cando saes dela? Pregunto, porque é tan simple coma iso. O cambio de fuso é o que fai, ponche o Sol pola mañá e quítacho pola tarde».

«Tes que tomar a do solsticio de inverno, é cando amence máis tarde e anoitece máis cedo. E segues nas mesmas sexa equinoccio ou solsticio. Gañas sol pola mañá e pérdelo pola tarde. Pero polo visto a ti o que che gusta é andar na oficina con sol e que sexa de noite cando saes. Ao resto, polo menos a algún resto, non».

«O do horario é unha cuestión social e de cultura. Persoalmente, estou a favor do cambio por unha sinxela razón, dificilmente vas educar un rapaz para que se deite cedo

e se erga cedo se no verán permites que o Sol estea ata as 21 h da noite, iso si que é antinatural. E que no inverno se faga noite ás 17 h da tarde, si, pero, mira, polo menos erguerase co Sol no ceo e non de noite, para “que papá e mamá” poidan gozar do bar, único argumento que dan os que son contrarios ao cambio de horario, “é que así podemos ter máis festa”».

«No inverno faríase noite ás 16, segundo ti claro; iso si, ás 7 da mañá terías luz. Só tes que lle botar un ollo á hora á que anoitece e amenceu en Madrid hoxe e quitarlle unha hora. No verán non é por nada, pero a min encantábame estar xogando na rúa, libre coma un paxaro ata que se poñía o Sol, que era a hora fixada para volver á casa. Regra que segúin co meu fillo...».

«Estás falando de gustos persoais».

«Pois poñemos o fuso de Moscova e bañámonos en xullo ás 12 da noite».

Na miña opinión, o feito de que en España teñamos máis horas de luz no inverno que nos países nórdicos non xustifica que necesitemos unha pausa de dúas horas para xantar e volvamos ao noso posto de traballo para permanecer nel ata que sexa de noite.

«En España tómanse dous pratos, en Francia, Portugal e Italia tómase un. Nos países non latinos xa nin un prato, é máis un refrixerio. E creo que ata ti poderás entender que se tarda máis en tomar dous pratos que un, e un máis que un refrixerio».

Ter máis horas de luz non significa que esteamos gozando delas. O costume español de cear cando xa é noite e antes de nos deitar (o cal non é saudable) non se dá nos nosos socios europeos, que o fan de día durante todos os meses estivais e se benefician dun tempo libre do que nós non dispoñemos.

«O sensato sería concentrar horarios, poder erguerse arredor das 7.30 (realmente solares, cando sae o Sol), empezar a traballar ás 8.30, un receso cara ás 13 dunha hora para comer algo e saír do traballo arredor das 5.30, de maneira que quedase algo de tarde libre. A programación de televisión tamén debería adecuarse, de modo que os programas principais acabasen como moito sobre as 23.30 e o persoal non teña a tentación de perder horas de sono».

«O que non é de recibo é o que se ven obrigados a facer actualmente moitos traballadores, sobre todo nas grandes cidades: levantarse de noite, traballar 10 horas, ter unha pausa obrigatoria de dúas para xantar, co que se levantan ás 7 para chegar ao traballo ás 8 (iso os que teñen a sorte de que non os pille moi lonxe e teñan que facer transbordos), parar de 1 a 3 e logo volta ao traballo de 3 a 6/7 (iso se non teñen que botar unha “propina”), co que acaban chegando á casa entre as 7 e as 8 e terminan estando 12/13 horas pendentes da súa ocupación, sen apenas tempo libre».

«É que necesitamos un cambio de costume! O que non se pode facer é levantarse moito máis tarde, a gran maioría dos españois, que os europeos, e xantar e cear ás horas que se xanta e se cea en España. Ademais, en España almórzase moi mal. Para empezar a xornada, necesitas un bo almorzo que te faga render ben ao longo da mañá. Cada un pode pensar como queira, pero creo que, se cambiásemos certos costumes en España, nos iría moito mellor».

«Está clarísimo que España está fóra do seu horario natural e está clarísimo que os nosos costumes de horarios son moi pouco sans. Durmimos unha hora menos. Pero é que nin os países do sur co noso clima teñen horarios tan tolos. Nin Portugal, nin Italia nin Grecia. Ademais, cambiar o horario á hora de Canarias sería tan doado como absterse de cambiar de hora en marzo este ano e xa está».

«No resto de Europa a xornada laboral para oficinas adoita ser de 08.00 a 12.00 (30-60 minutos para xantar, dependendo do país) e ata as 17.00-17.30. Se cambiásemos a hora poderíamos ter horarios de 09.00 a 13.00 (unha hora para xantar) e logo ata as 18.00 18:30. Deste xeito, estaríamos perfectamente aliñados co resto de países veciños e teríamos tamén un mellor equilibrio traballo-familia».

A Enquisa de Emprego do Tempo<sup>4</sup> é unha investigación estatística non periódica realizada polo INE que facilita información sobre a porcentaxe de persoas que realizan unha actividade no transcurso do día, a media de tempo diario (en horas e minutos) dedicado a unha actividade polas persoas que a realizan, a distribución de actividades nun día medio por tipo de día (laborable ou de fin de semana) e a porcentaxe de persoas que realiza a mesma actividade no mesmo momento do día, denominado ritmos de actividade diaria.

---

<sup>4</sup> A última Enquisa de Emprego do Tempo prevese no Plan estatístico nacional 2009-2012, recollido no Real decreto 1663/2008, do 17 de outubro (BOE, 15 de novembro de 2008).

Coa dita enquisa, podemos obter información primaria para saber en detalle aspectos como a dimensión do traballo non remunerado realizado polos fogares, como e canto tempo lle dedican os cidadáns á cultura, ao lecer, ás responsabilidades familiares, etc. Así, é posible chegar a poder concretar o uso do emprego do tempo de grupos sociais especiais coma o dos anciáns, os que se atopan desempregados ou os mozos, para así concretar mellor políticas familiares, de conciliación e igualdade entre mulleres e homes, así como estimar as contas satélites da contabilidade nacional do sector fogares (considerado actualmente como traballo non produtivo ao non estar incluído no PIB).

A metodoloxía da última Enquisa de Emprego do Tempo realizada en España (2009-2010) parte da anterior enquisa efectuada entre os anos 2002-2003 e das novas regras de Enquisas Harmonizadas Europeas de Emprego do Tempo, da Oficina Estatística da Unión Europea, preparadas por expertos durante os anos 2007 e 2008 para poder facer máis sinxela a normativa deste tipo de enquisas que se fixo no ano 2000.

Un dos obxectivos conseguidos no proxecto desta enquisa de Eurostat é a posibilidade de comparar os resultados obtidos entre os diferentes países, xa que desta maneira se pode obter máis valor das informacións que se desprenden dos resultados. É a conclusión máis destacable á que se chegou tras a equiparación pormenorizada das enquisas que se utilizaron para os países da Unión Europea e da Asociación Europea de Libre Comercio (EFTA).

Como xa comentamos, durante os anos 2002-2003 o Instituto Nacional de Estatística levou a cabo a primeira edición da Enquisa de Emprego do Tempo seguindo as recomendacións de Eurostat, baixo as cales 15 países da Unión Europea realizaron operacións similares nos últimos anos. A enquisa entrevista a todos os individuos do fogar de 10 anos ou máis, os cales deben cubrir un cuestionario de datos sociodemográficos e un diario de actividades onde se recollen todas as actividades realizadas durante 24 horas en intervalos de 10 minutos. Na primeira edición da enquisa foron entrevistadas 46 774 persoas de 10 anos ou máis, pertencentes a 20 603 fogares. A segunda edición da enquisa levouse a cabo en 2009-2010 e, por falta de orzamento, nela completaron o diario de actividades 19 295 persoas (menos da metade que o anterior informe) residentes en 9541 fogares (novamente menos da metade). Na páxina web do INE pódese acceder aos datos completos de ambas as enquisas.

Solicíteille formalmente ao INE o conveniente que sería realizar outra enquisa actualizada e cun número representativo de fogares, xa que os novos datos nos axudarían a que este debate puidese estar máis fundamentado empiricamente. Confirmáronme que a seguinte enquisa está prevista cando se realice a próxima onda europea no ano 2020. Pensemos que outros países realizan esta enquisa anualmente e non poucos investigadores me comentaron que os datos españois son escasos e anticuados, polo que se perde fiabilidade. Tamén debemos pensar que se trata dunha enquisa (neste sentido podemos falar dunha estimación) e non dunha comprobación verificada real de feitos.

Unha recompilación de datos de diferentes países europeos sobre o uso do tempo dos cidadáns foi elaborada por Eurostat a través do Harmonised European Time Survey nun proxecto denominado «Time use survey - collection round»<sup>5</sup>. O Instituto Estatístico de Suecia e a Universidade de Oxford<sup>6</sup> realizaron un estudo complementario cos devanditos datos.

Moitos países europeos máis desenvolvidos que España teñen un horario distribuído de diferente maneira que permite integrar mellor a vida familiar, profesional e persoal. Como o conseguen? Sería posible modificar pouco a pouco o horario español para achegarnos ao seu horario? Inflúe o fuso horario? Servirémonos das gráficas dos ritmos de tempo, é dicir, a porcentaxe de persoas que realizan a mesma actividade principal no mesmo momento do día, ao ser este o mellor dos indicadores obtidos nas enquisas normalizadas para toda Europa no uso do tempo se o fin é facer unha comparativa. Para entender ben os gráficos que expoñemos deseguido, hai que partir de que no eixe de ordenadas aparece o tanto por cento de persoas que realizan unha acción e no eixe de abscisas as horas do día nas que a realiza. A intersección de ambas as coordenadas nos diferentes puntos forma unha área non regular pintada de diversas cores que nos indica os períodos en que se destina ese tempo para a devandita actividade. Por outra parte, hai que ter en conta que sempre haberá cidadáns que teñen uns horarios distintos ao resto, pero, para poder facer o estudo, imos fixarnos no que realiza a maioría de persoas configurando un horario estándar.

<sup>5</sup> Harmonised European Time Use Survey [online database versión 2.0]. Creada en 2005-2007 polo Instituto Sueco e Finés de Estatística [reference date 2007-10-01]. <http://www.tus.scb.se> (19/01/17).

<sup>6</sup> A Universidade de Oxford conta cun Centro de Investigación Internacional sobre o Uso do Tempo no que realicei unha estancia convidado como investigador académico. Para a realización da miña tese doutoramento recibín orientación por parte de diferentes profesores do Departamento de Economía e Socioloxía da devandita universidade, o que, xunto cos seminarios aos que puiden asistir e as publicacións consultadas no centro bibliográfico, enriquece e dálle un perfil máis internacional á miña investigación.

Os países europeos analizados son:

—Alemaña

—Bélxica

—Finlandia (cuxo horario oficial ten unha hora máis que Alemaña)

—Francia

—Noruega (escollido, a pesar de non ser membro da UE, como botón de mostra de país con facilidades para conciliar)

—Reino Unido (cuxo horario oficial ten unha hora menos que Alemaña)

—Suecia

—Italia

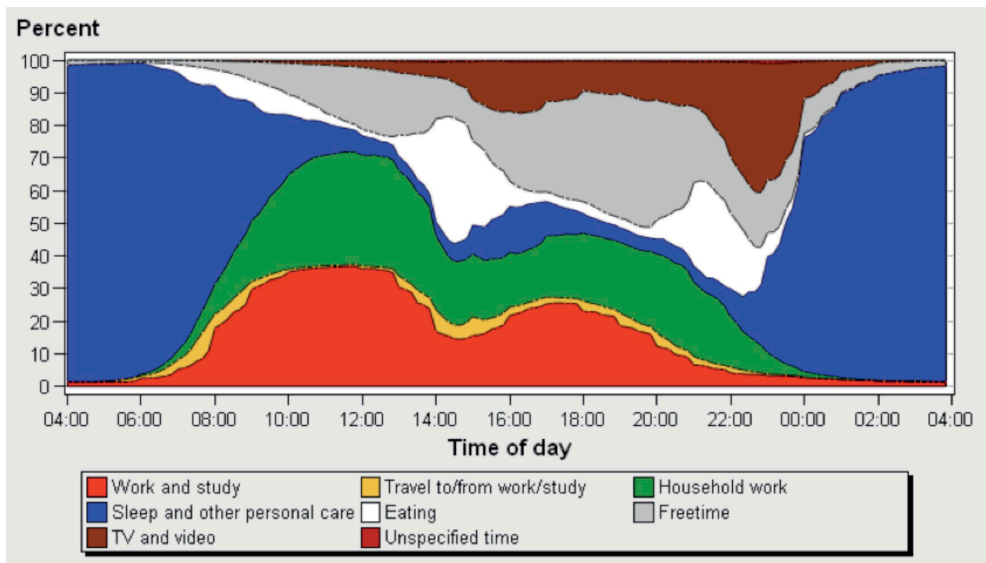
Non contamos con datos da Harmonised European Time Survey para outros países como Austria, Holanda, Luxemburgo, etc., así que non podemos incluílos no noso estudo.

As cores que definen as diferentes áreas (intersección do tanto por cento de persoas que realizan unha acción e as horas do día nas que a realizan) son:

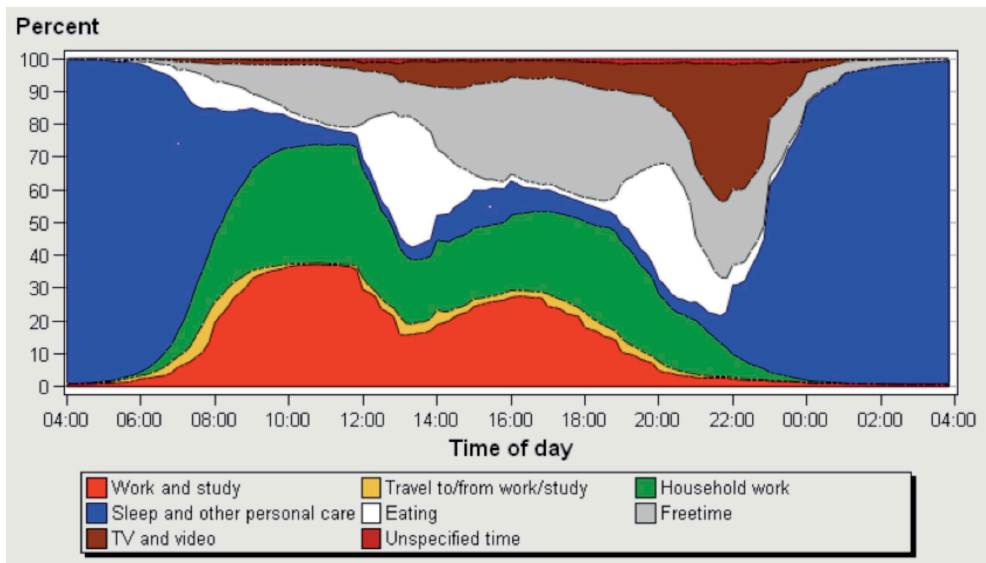
- Vermello: traballo e estudo
- Azul: durmir e coidados persoais
- Marrón: televisión, vídeo, Internet
- Amarelo: desprazamentos
- Branco: comidas
- Verde: traballos do fogar
- Gris: tempo libre
- Granate: tempo non especificado (apenas existente)

España é un país moi peculiar nos seus horarios, moi distintos aos do resto de Europa, como podemos observar nos seguintes gráficos.

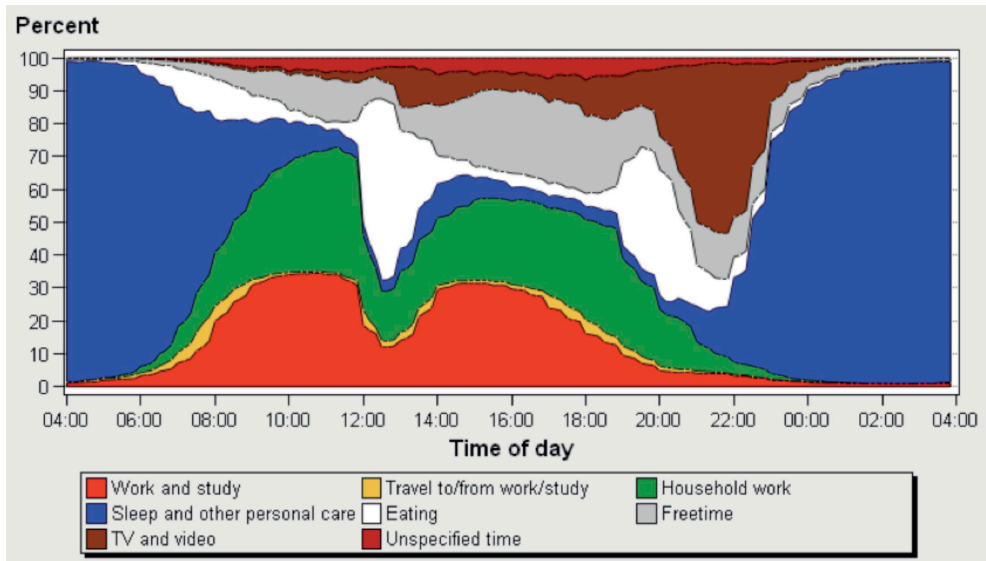
## España



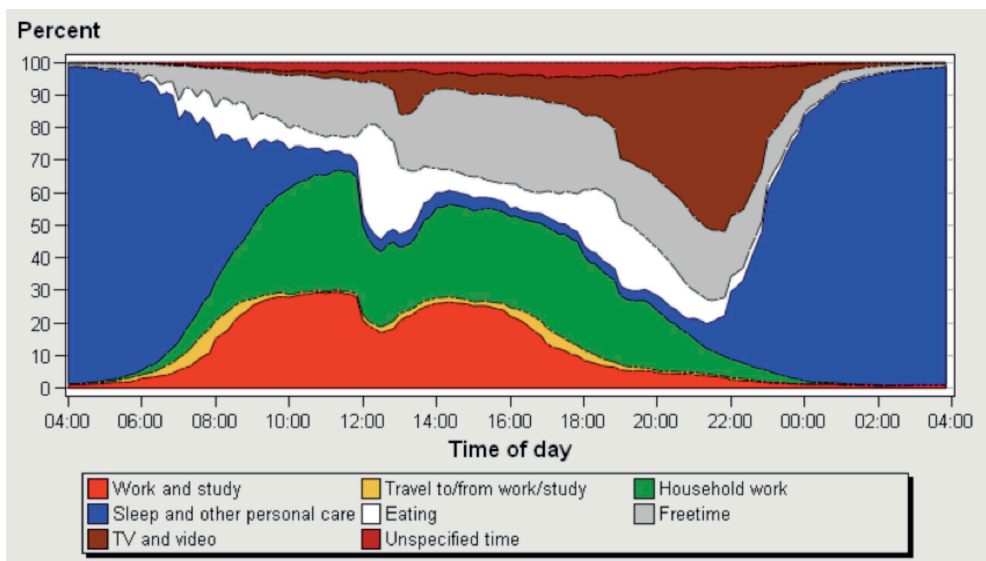
## Italia



## Francia

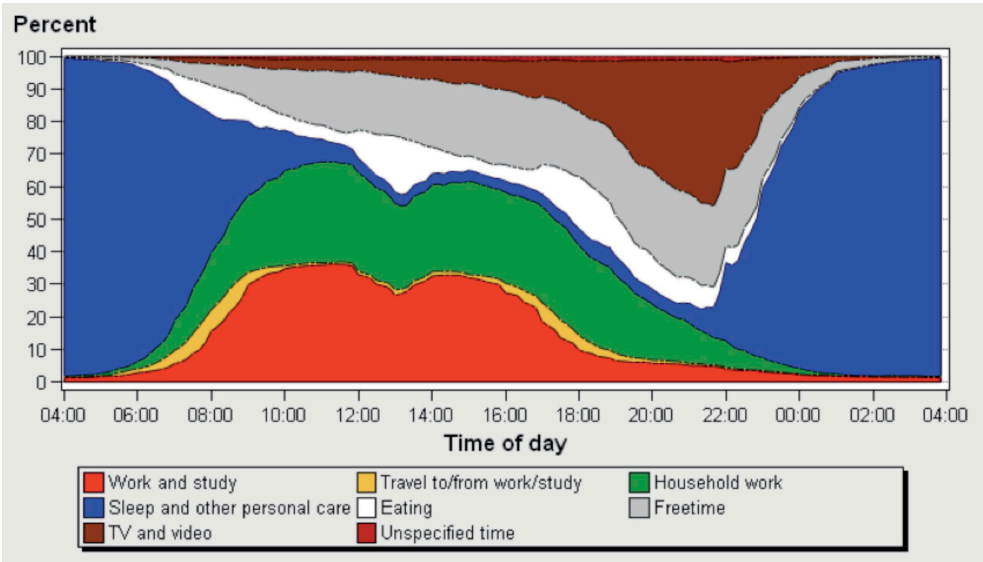


## Bélxica

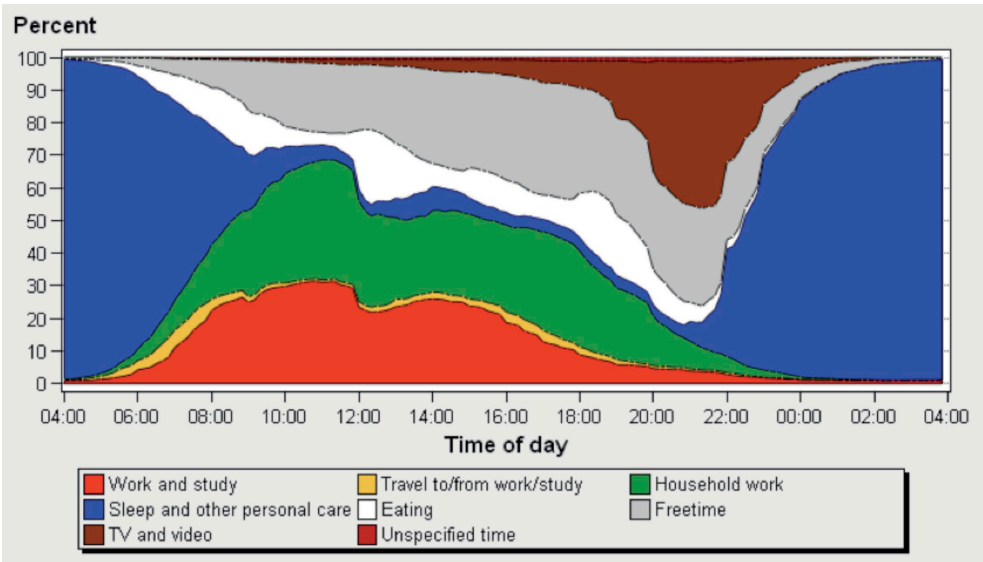




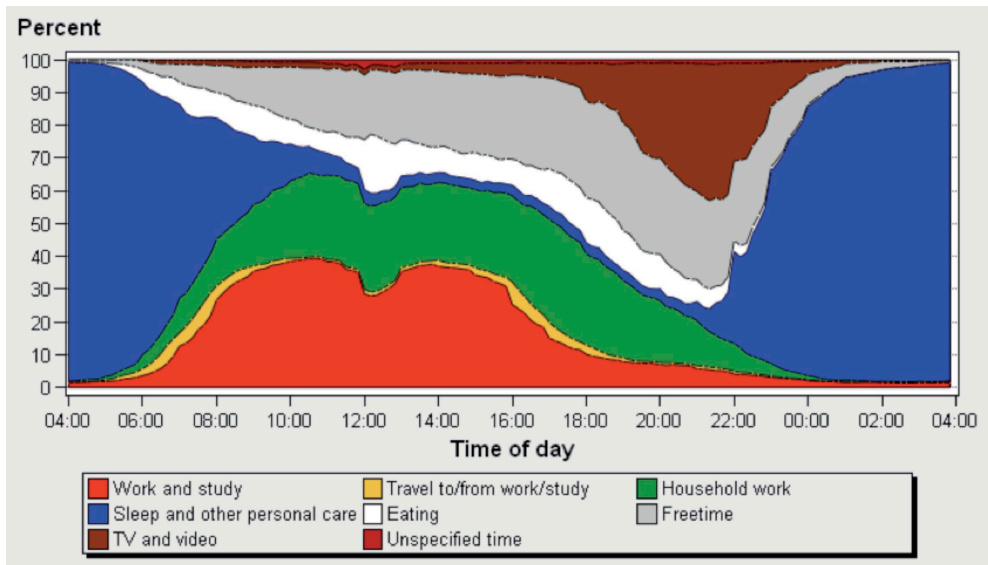
Reino Unido



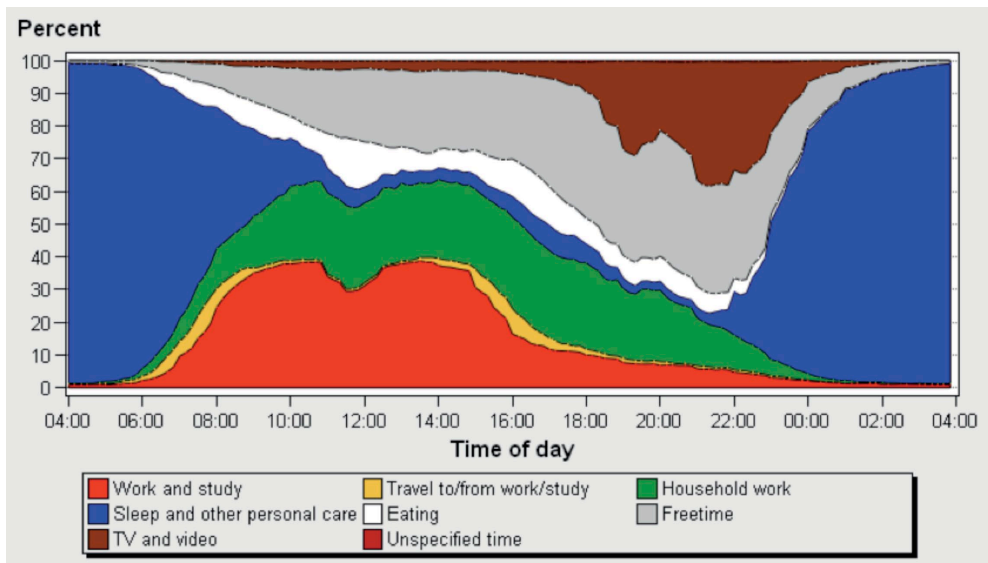
Alemania



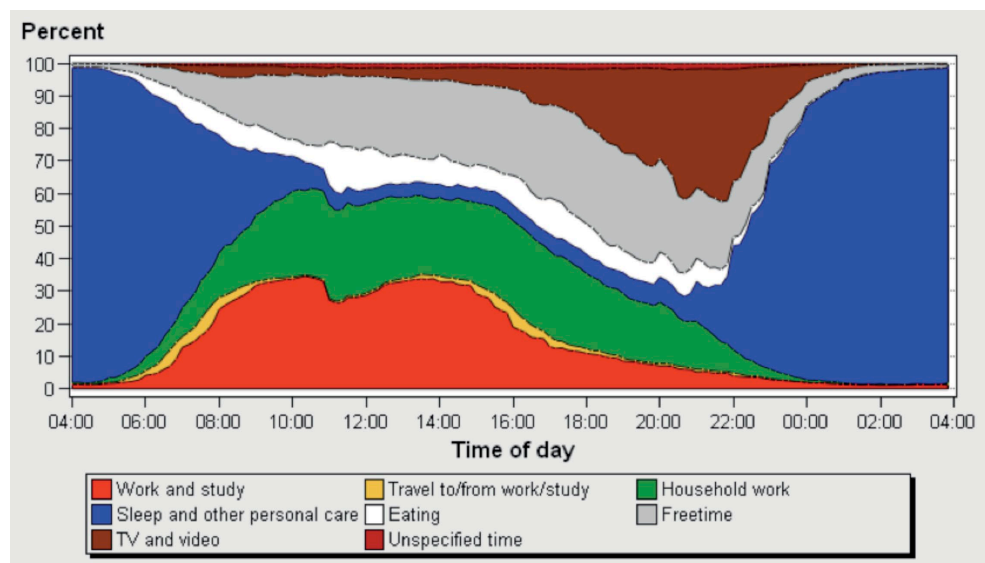
## Suecia



## Noruega



## Finlandia



Solucionaría soamente o cambio de fuso horario o problema de poder conciliar a vida profesional coa familiar e persoal? Na miña opinión, sería unha axuda, unha panca para poñer en marcha outro tipo de medidas:

«[Os físicos] Móstranse escépticos sobre a posibilidade de que implique un cambio de costumes. Pois claro que o cambio de fuso horario non traería un cambio nos costumes, porque non sería a única modificación necesaria para cambiar os hábitos dos españois. Habería que introducir cambios paulatinamente e en menos de dúas décadas estaríamos adaptados a horarios europeos e máis convenientes e produtivos».

«Cambiar o horario non é a medida máxica para conciliar nin racionalizar, pero é o acicate necesario».

«Cambiar o horario non xera problemas, porque é tan fácil como esta primavera absterse de cambiar (se nos queixamos de que este cambio xera trastornos, aforramos este e xa está)».

«A miña opinión é que cambiar de fuso non influiría demasiado nos nosos hábitos se non vai acompañado de máis cambios que se poderían facer igualmente. Por iso, non son

partidaria de ningún cambio, pero entendo que persoas que están a case unha hora solar de distancia poidan ter outra opinión».

«Que España ten un fuso horario incorrecto é un feito, non unha opinión. España vai unha hora adiantada con respecto ao Sol. Se isto foi por Franco ou por De Gaulle, é un intento de politizar... Pero está claro que España NON está no fuso horario propio. Se isto cambiaría costume é discutible e pode que non se é un feito illado, pero se se mete dentro dun paquete de propostas, como adiantar a TV, reducir a pausa para xantar, adiantar as horas de entrada e saída dos traballos... Adiantar os horarios dos colexios... Pois é posible que España poida deixar de ser o país onde todo acontece tarde».

«Se amence antes e xantamos antes, podemos saír antes do traballo e isto sería unha panca para outros cambios, ademais de lograr un beneficio para a saúde».

«Na miña opinión é un factor que axudaría á produtividade, pero só sería un entre os doce que eu considero fundamentais, como é o liderado, a cultura do traballo, o respecto e a cooperación, os horarios laborais, a motivación, conciliación, o traballo en equipo, a honestidade, a promoción, a remuneración e a humildade».

A cultura do *presentismo* laboral e o medo a perder o posto de traballo nunha sociedade (a española) co dobre de paro que a media comunitaria fan que moitos se vexan obrigados a estar *presentes* no posto de traballo moitas máis horas das realmente contabilizadas e pagadas, o que diminúe a nosa produtividade por hora traballada, cun sacrificio persoal que sofre a conciliación coa vida persoal e familiar. Ademais, e aquí está unha parte importante de que o noso fuso horario impida que poidamos conciliar máis: cando máis tarde anoitece, máis se alonga a xornada laboral (non na hora fixada como finalización da xornada laboral nos contratos, senón nas horas extra que se realizan non pagadas e realizadas por estar mal visto ausentarse antes de que o faga o mando superior, por exemplo).

«Cóntoche. Onde eu traballaba antes había horario flexible, podías entrar entre as 8 e as 9.30; polo tanto, segundo a hora de entrada, podías saír entre as 17 e as 18.30. Pero alí ninguén saía polo menos ata as 7, agás os integrantes do comité de empresa, que si entraban ás 8 e se ían ás 17 e nos dicían aos demais que fixésemos o mesmo, pero ninguén se atrevía por medo, non pola carga de traballo. Se nos fixesen entrar ás 7 para saír teo-

ricamente ás tres, seguiríamos saíndo ás 7 da tarde, os xefes non entenderían que alguén teña toda a tarde a cadeira baleira e estea na súa casa. É moi triste».

«Cambiar a zona horaria daríanos máis horas de luz pola mañá sacrificándoas de noite. En Inglaterra, onde levo uns dez anos, nótase ao despertar que teñen máis luz.

«Cando vou a España sorpréndeme non ver o Sol ata pasadas as 9 ás veces. Outra cousa é que a vida en España non cambie e, aínda que se faga noite antes, a xente siga na oficina ata tarde. Pero iso é un estudo sociolóxico, non físico!».

«O costume popular é que mentres haxa Sol... é tempo de traballar De que nos serven máis horas de Sol se nos teñen pechados en xornadas interminables entre catro paredes?».

«Cando o Sol se pon antes en termos de hora legal, isto fai que a xente acelere a saída do traballo».

«A realidade é que España ten un grave problema de produtividade a pesar de que se traballan máis horas que no resto de países de Europa e o desacompañamento do horario con respecto ao horario solar é un elemento que inflúe nesta cuestión».

«O tema que non se quere debater é a conciliación laboral porque ao empresariado non lle interesa que a xente saia do traballo ás 17-18 horas».

«Se unha hora de desfase coa hora solar non creo que inflúa, no verán pasan a ser, de dúas horas, máis de dúas e media en Vigo, e iso xa me parece excesivo. Ao final, cando son as 12 da noite oficialmente en Vigo, na hora real non son nin as nove e media; porén, moitos traballadores empezan ás 6, que en horario real non son nin as tres e media, horario en que unha persoa para o seu descanso óptimo a ser posible debería estar durmindo aínda e non andar esperto desde hai unha hora. Ao final o desfase horario contribúe a querer aproveitar o día de forma enganosa, excesiva e, co paso do tempo, contraproducente».

Por outra parte, co correcto fuso horario, facilitaríase unha maior apertura das exportacións españolas aos mercados europeos (actualmente o 51,7 % á zona euro e o 66,5 % á Unión Europea), posto que ao coordinar os horarios das nosas xornadas laborais co resto de Europa melloraríanse as nosas relacións comerciais e isto beneficiaría o contacto entre países.

«Eu utilizo profesionalmente os horarios comerciais intereuropeos. Na situación actual, cos horarios españois, NON EXISTE coincidencia de horarios. Eu estou farto de

que me chamen á miña hora de xantar e frústrame non poder comunicarme cos meus interlocutores continentais de 12.30 a 14.00 hora española. Ata tal punto que tiven que ir adiantando a miña hora de xantar, pero xa lle digo que iso non é tan fácil de poñer en práctica en España sen que te miren como a un batracio. Daquela, poñernos no horario de UK facilitaría as relacións comerciais con Europa, non as empeoraría. Non hai máis que ver o comercio que hai dentro dos USA, a pesar dos seus catro fusos horarios».

Aínda que hai algúns que prefiren unha gran parada ao mediodía con aperitivo e sesta incluída:

«A sesta e o aperitivo que non nolos quiten».

Os turistas, que en España contribúen ao 11 % do PIB, e xeran o 13 % do emprego, agradecerían (referímonos a un turismo san) a devandita modificación e sentiríanse menos sorprendidos do noso desordenado estilo de vida, ao que non acaban de adaptarse os días dos que gozan do noso país.

«E se nos metesen o fuso horario de verán para todo o ano (o soño dos hostaleiros), levantaríamonos e viviríamos as primeiras horas da xornada entre tebras no inverno. O mellor é o fuso horario do inverno para todo o ano e aos hostaleiros véselles o *plumeiro*, xa que queren turistas borrachos apurando as horas de luz da tarde, mais toda a noite, xa que pola mañá impórtalles unha figa que o Sol saia pasadas as 9 h no inverno. Os turistas borrachos están durmíndoa mentres traballadores e escolares van entre tebras ás súas obrigas».

O obxectivo non é que todos teñamos o mesmo horario (o cal é imposible e xeraría, por exemplo, unha chea de problemas de tráfico e colos de botella en bares e restaurantes), senón acomodar as nosas vidas para poder integrar a vida profesional, persoal e familiar. Pensemos que o uso do tempo e a forma de conciliar teñen unha influencia grande en moitos e diversos aspectos: a calidade de vida, a saúde, o rendemento escolar, a produtividade, o sono, a sinistralidade, os accidentes de tráfico, a igualdade, etc.

É acertada a proposta das forzas políticas de adiantar a hora da saída do traballo a unha hora razoable e realizar tamén un estudo, no que estea representada a sociedade española no seu conxunto, sobre o posible cambio de fuso horario en España e analizar o resultado. En economía referímonos á teoría de xogos como unha teoría de estratexias na que as accións de cada xogador son interdependentes, e iso é o que ocorre cos nosos horarios, xa que están interrelacionados.

«Eu estaría encantado de entrar a *currar* ás 8 a. m. co fuso actual, ás 7 a. m. co de Greenwich. Pero resulta que, se os meus clientes non cambian de horario, tócame adaptarme e seguir entrando ás 9 a. m.».

Trataríase de chegar á estratexia óptima maximizando a ganancia esperada por cada xogador e iso é o que propoñen hoxe en día maioritariamente as forzas políticas antes citadas. Sexamos valentes para afrontar o artigo 5º da famosa Orde do 7 de marzo de 1940, da Presidencia do Goberno, que supuxo, co paso do tempo, o abandono do fuso horario de Greenwich, que indica: «Sinalarase a data en que deba restablecerse a hora normal». Non podemos seguir aplicando *máis vale o malo coñecido que o bo por coñecer*.